



社区吉尼斯

快来围观 “小李师傅”的美食

双井“小厨神” 12岁会做 20种美食



每个孩子的天性不同，喜欢的事物自然也不相同，有人喜欢唱歌、有人喜欢画画，但天生就对厨艺青睐有加的似乎并不多见，能把厨艺练就出神入化的，更是少之又少。今天小编给大家介绍一位“小厨神”，看看他与自家锅碗瓢盆，是如何碰撞出有趣火花的。 ■文/张路路



3岁接触做蛋糕 妈妈鼓励“大胆尝试”

“这孩子做的桃酥入口即化，比买的还好吃！”

“你做的烧鸡味道太好了，快告诉我怎么做吧！”

每当听到这些赞扬的话，12岁的李亦哲都会微微一笑，其实心里已经乐开了花。别人总夸他是做饭“小天才”，但他觉得兴趣才是最好的老师，也是自己坚持下去的最大动力。

李亦哲的妈妈黄小玉，是一名心理健康教练，也是一位美食爱好者，在她看来在厨房做饭是一种享受，也是与家人最好的相处时光。“我们家的厨房很大，平时会在厨房里研究各种美食，只要是家人喜欢吃的美食，我们就会自己动手在家做。”

在李亦哲很小的时候，妈妈便带他参加一些早教班活动，一次偶然机会，3岁的李亦哲跟着妈妈参加了手工制作糕点的活动，小小人儿听得有模有样，拿着食材就要开始制作，从此便一发不可收拾。李亦哲五六岁的时候，便会自己“点餐”，妈妈不会做的食物，他便要自己想辙子做出来。

出于安全考虑，李亦哲每次做饭时，黄小玉都会在旁边辅助和监督，但不会过多指引，“让孩子自己发挥想象力，做自己想做的。看似简单的做饭过程，其中包含了很多知识，像物理、化学、数学都会涉及，也是综合能力突出的体现，我希望他能开开心心做饭，健健康康成长。”

做妈妈的“私人小厨” 独创“小李烧鸡”

妈妈给李亦哲起了一个昵称，叫作“小李师傅”，李亦哲本人也非常喜欢这个称号。在妈妈的鼓励和自己的钻研下，李亦哲已经会做20多种食物，都是不需要看食谱的。

有一些食物在他多次尝试改进下，口味也变得更加醇厚了。比如他的拿手好菜“小李烧鸡”，经过

多次尝试烧鸡食谱，选择多大的食材、什么时候刷蜂蜜合适、烤箱温度如何把控，这些他都能做到心里有数。最后总结了“独门配方”，还教会好几个“徒弟”呢。

做饭的过程中，李亦哲喜欢自己摸索前进，最开始也会害怕油溅在身上，便穿上长衣长裤，外带一个护目镜，站的远远

地往锅里放食材，后来发现其实可以站的很近，慢慢放食材就不会被热油溅到。一步步摸索下来，技巧也就多了起来。

疫情期间，妈妈经常会在家办公，李亦哲就主动请缨为她做一日三餐，妈妈黄小玉从不挑食，只要是儿子做的都会称赞有加。当不知道吃什么时，他便打开冰

箱门，看看都有哪些食材，再就地取材，不一会儿一菜一汤就会呈现在饭桌上。

做饭这么久以来，李亦哲也曾“翻车”过，有一次做蛋糕，不小心将8寸的蛋糕配方看成6寸的了，最后做的蛋糕不成样子，便赶紧求助妈妈“救场”，好在最后食材没有浪费，也吃上了软糯的蛋糕。

与老师同学分享美食 收获一大波“粉丝”

在妈妈眼中，李亦哲是个厨艺了得的小家伙，在邻居、朋友眼中，李亦哲是个性格温顺的小暖男，平时总会热心帮助身边的人，做好的美食也都会想着分享给大

家，学校里的老师和同学，经常能吃到他带来的美食，每次都是惊叹之余，外加一大片好评。

除了热爱厨艺，书法也是李亦哲坚持了很久的爱好，就连

外出旅游时，都会带上笔墨每天练习，他还曾经获得朝阳区书法比赛一等奖。

别人总是羡慕黄小玉有一个如此优秀的儿子，纷纷向她“取经”，黄小玉表示，其

实都是以孩子兴趣为出发点，父母多引导的成果。每一项事物，只要孩子本身感兴趣，作为父母就多多支持，不要怕麻烦，久而久之就会有意想不到的惊喜发生。



13 社区智慧课堂 第3讲

手把手教您 如何用手机点外卖

您是否有过在家做饭，觉得繁琐费劲，时间紧迫的感受，这时，一份外卖就能轻松帮您解决难题。本期智慧课堂以外卖APP美团为例，来给老年居民朋友们详细解读，如何足不出户，便能享用美味佳肴的全过程。

美团 APP 操作流程

1. 找到手机中的应用商城，苹果手机为 App store；华为手机为应用市场；小米手机为小米应用商店；
2. 打开应用商店后搜索关键词“美团”并下载安装，等待下载安装完毕后，点开APP，同意相关权限的获取；
3. 点开右下角“我的”，再点击左上角的登录，会显示本机号码一键登录（也可点击微信一键登录）；
4. 登录完成后返回首页，点击“外卖”，再点击“美食”，系统会自动将餐馆更新至您附近的商家平台；
5. 往下预览，选择想吃的商家点击进入，再选择想吃的食品，点击旁边的“+”号键添加到购物车内，选好商品后，再点击右下角的“去结算”；
6. 在“选择收货地址”一栏中，填写您所在的位置，要精准到单元门、房门号，最后再点击“提交订单”，会显示结算页面；
7. 如果没有绑定银行卡，可以选择“微信支付”，输入微信支付的密码后，购买就完成了；如果想要绑定银行卡，可以点击主页面“我的”-“我的钱包”-“绑定银行卡”即可。
8. 等待外卖配送员给您送餐了，享受美食。

